Programme
Les algies sacro iliaques

MÉTHODOLOGIE :

- Evaluation des pratiques dans le mois qui précède la formation présentielle.
- Restitution au formateur des résultats de cette évaluation des pratiques préformation, question par question au groupe et à chaque stagiaire
- Partie présentielle d'une durée de 15 h comportant :
  - des échanges sur les résultats du questionnaire pré-formation,
  - un face à face pédagogique d'enseignement cognitif, selon les méthodes pédagogiques décrites ci-dessous, principalement centré sur les problèmes ou lacunes révélés par les questionnaires,
- Evaluation des pratiques par questionnaire post formation
- Restitution individuelle au stagiaire de l'impact de la formation sur la pratique professionnelle
- Restitution statistique, au formateur, de l'impact de sa formation sur la pratique des stagiaires.

1er Jour :

Objectifs de la 1ère journée

- Revoir les notions anatomiques, physiopathologiques des éléments ligamentaires, ostéoarticulaires et musculaires du bassin et des sacro-iliaques
- Faire le lien avec les notions de chaines musculaires

Matin : 9h00-12h30 = 3h30

Théorie :

- Le bassin dans l'architecture globale du corps
- Liens à distance
- Pratique :
- Visualisation des lignes de force du pelvis par la théâtralisation

Théorie :

- A propos de la « mobilité » sacro-iliaque
- Les ligaments de la sacro-iliaque
- Théorie :
- La sacro-iliaque un joint d'élasticité entre axe vertical et axe horizontal
- Pratique :
- Analyse du pencher en avant (atelier)
- Théorie :
- Les pelvi-trochantériens, ligaments actifs de l'articulation coxo-fémorale
- Les déplacements possibles dans la sacro-iliaque (Théâtralisation suivie de la théorie)
- Muscles impliqués dans l'équilibre pelvien

Après-midi : 13h30-17h30 = 4h00

Théorie : Les effets de la nutation sacro-iliaque :
- Chaînes musculaires impliquées
- Ligaments sollicités
- Ligaments actifs réactifs
- Attitude antalgiques révélatrices

Les effets de la contre-nutation sacro-iliaque :
- Chaînes musculaires impliquées
- Ligaments sollicités
- Ligaments actifs réactifs
- Attitude antalgiques révélatrices

Les rotations du sacrum : le piriforme
Le schéma asymétrique physiologique : représentation par le dessin sur la peau.

2ème Jour :

Objectifs de la 2èmejournée :
- Réaliser un examen clinique complet
- Acquérir les techniques myofasciales et posturales adaptées aux sacro-iliaques

Matin : 8h30-12h30 = 4h00
Pratique :
Examen clinique du bassin en atelier deux à deux :
- Analyse du pencher en avant
- Repères osseux permettant la mise en évidence d'une distorsion iliaque :
- EIPS
- Point du moyen fessier dans la fosse iliaque externe
- Grand trochanter
- Ischions
- Angles inféro-latéraux du sacrum

Repères osseux permettant la mise en évidence d'une « torsion » du sacrum :
- Points haut du sacrum
- Points bas du sacrum
- Première coccygienne

Protocole de traitement :
Nutation sacro-iliaque : Description des différentes manœuvres par l'animateur sur un sujet, puis pratique en atelier, deux à deux.
- Techniques de peau, manœuvres myo-fasciales, contractions isométriques contre résistance et postures

Discussion

Après-midi : 13h30-17h00 = 3h30

Contre-nutation sacro-iliaque : description des différentes manœuvres par l'animateur sur un sujet, puis pratique en atelier, deux à deux.

- Techniques de peau, manœuvres myo-fasciales, contractions isométriques contre résistance et postures.
- Synthèse
- Conclusion